

## Pros & Cons Of

# NFP nach Sensiplan

### Pros

hohe Verhütungssicherheit  
Methodensicherheit 0,4  
Gebrauchssicherheit 1,8

hormon- und  
nebenwirkungsfrei, nicht-  
invasive Methode

liefert Infos über deine  
Zyklusgesundheit

geeignet für Verhütung,  
Kinderwunsch und  
Zyklusbeobachtung

Elerntes bleibt ein  
Leben lang

Unabhängigkeit und  
Selbstermächtigung

anfallende Kosten sind  
transparent und entstehen  
eher zu Beginn

partnerschaftliche Methode

### Cons

Methode muss erlernt werden

fast tägliche Beobachtungen

Umgang mit fruchtbarer Zeit  
muss geklärt sein

wenige unfruchtbare Tage bei  
sehr langen Zyklen

Kosten variieren je nach  
Vorgehen (Kurs, Material,  
Thermometer etc.)

